

# Vivir Mejor la Tercera Edad

## Asilos de ancianos: cómo escoger el lugar adecuado

*Lidia ha vivido en su hogar por 33 años. Incluso después que su marido muriera hace 3 años, ella había podido valerse por sí misma. Recientemente se fracturó la cadera y ahora necesita una andadera para movilizarse. A la edad de 85 años, ya no puede estar sola en la casa. Sus hijos están deliberando ahora sobre la mejor manera de ayudarle a su madre a encontrar un cuidado adecuado.*

A veces, las decisiones sobre adónde se le van a brindar los cuidados necesarios a un miembro de la familia deben ser hechas rápidamente, por ejemplo, cuando una lesión repentina requiere un nuevo plan de cuidados. Otras veces, la familia tiene cierto tiempo para buscar el mejor lugar que le brinde los cuidados necesarios a un familiar de edad avanzada.

## ¿Qué son los asilos de ancianos?

Los asilos de ancianos, conocidos también como establecimientos de cuidados especializados, son lugares para personas que no necesitan estar en un hospital pero ya no pueden ser cuidadas en su propio hogar. Esto puede incluir personas con lesiones críticas o enfermedades serias, o aquellas que necesitan cuidados después de una cirugía. La mayoría de los asilos de ancianos tienen ayudantes y enfermeros especializados disponibles las 24 horas del día. Consulte con su proveedor de cuidados de salud para averiguar si un asilo de ancianos es la mejor opción para usted o para un miembro de su familia.

Los asilos de ancianos pueden ser:

◆ **Como un hospital.** Este tipo de asilo de ancianos a menudo está organizado como un hospital. Los miembros del personal brindan asistencia médica, así como terapia física, del habla y ocupacional. Puede haber una estación de enfermeros en cada piso. Como regla general, una o dos personas viven en un cuarto. Algunos asilos de ancianos permiten que las parejas vivan juntas. Las cosas que hacen que un cuarto sea especial, como fotos de la familia, a menudo son bien recibidas.

♦ **Como un hogar de familia.**

Estos establecimientos están diseñados para que funcionen más como un hogar de familia y las rutinas diarias no están fijadas. Los equipos formados por el personal y los residentes tratan de crear un ambiente relajado. A menudo las cocinas están abiertas para los residentes, las decoraciones crean un sentido hogareño y a los miembros del personal se les anima a desarrollar relaciones con los residentes.

♦ **Como una combinación de ambos.**

Algunos asilos de ancianos combinan las unidades que funcionan como un hospital y aquellas que funcionan como un hogar de familia.

Muchos asilos de ancianos tienen médicos que visitan a los pacientes en la propia localidad. En otros asilos de ancianos, los pacientes van al consultorio del médico. Los asilos de ancianos algunas veces tienen áreas separadas llamadas “Unidades de Cuidados Especiales” para aquellas personas que tienen problemas serios de la memoria, como demencia.

## Tenga en mente los siguientes consejos

Si usted necesita ir a un asilo de ancianos después de una estadía en un hospital, el personal del hospital puede ayudarle a encontrar uno que proporcione la clase de cuidado que sea mejor para usted. La mayoría de los hospitales tienen trabajadores sociales que pueden ayudarle con estas decisiones. Si usted está buscando un asilo de ancianos, pida a los miembros del personal del consultorio de su médico que le den algunas recomendaciones. Una vez que usted sepa qué opciones tiene, es una buena idea que:

♦ **Considere.** ¿Qué es importante para usted? ¿Cuidados de salud brindados por enfermeros, comidas, terapia física, una conexión religiosa, cuidados de hospicio o Unidades de Cuidados Especiales para pacientes con demencia? ¿Desea un lugar ubicado cerca de la familia y los amigos para que ellos puedan visitar fácilmente?

♦ **Pregunte.** Hable con amigos, parientes, trabajadores sociales y grupos religiosos para averiguar qué lugares ellos sugieren. Pregunte a los proveedores de cuidados de salud cuáles son los asilos de

ancianos que ellos creen que proporcionan buenos cuidados. Utilice esas sugerencias para hacer una lista de los asilos que ofrecen los tipos de servicios que usted quiere.

◆ **Llame.** Contacte a cada uno de los lugares en su lista. Haga preguntas sobre cuántas personas viven en el lugar y cuánto cuesta. Averigüe sobre las listas de espera.

◆ **Visite.** Haga planes para conocer al director del asilo y al director del departamento de enfermería. La Lista de Control de Asilos de Ancianos (the Medicare Nursing Home Checklist), disponible en inglés en el sitio de Internet [www.medicare.gov/Nursing/Checklist.asp](http://www.medicare.gov/Nursing/Checklist.asp), ofrece algunas buenas ideas que puede considerar cuando visita los lugares. Por ejemplo, verifique si:

- Tienen certificación de Medicare y Medicaid
- Tienen acceso para personas con discapacidades
- Los residentes se ven bien cuidados
- Hay una interacción afectuosa entre los miembros del personal y los residentes

◆ **Hable.** No tema hacer preguntas. Por ejemplo, usted puede pedir a miembros del personal que le expliquen la razón de cualquier olor fuerte. Los malos olores pueden indicar un problema; los buenos olores pueden ocultar un problema. Tal vez quiera averiguar cuánto tiempo llevan de trabajar en el asilo de ancianos el director y los jefes de los departamentos de enfermería, alimentación y servicios sociales. Si los miembros principales del personal cambian a menudo, esto podría significar que hay algo que no está funcionando bien.

◆ **Visite de nuevo.** Haga una segunda visita sin antes llamar para dar aviso previo. Trate de ir durante otro día de la semana o a una hora diferente para poder conocer a otros miembros del personal y ver actividades diferentes. Visite a la hora de las comidas y observe si el comedor es atractivo y está limpio y si la comida se ve apetecible.

◆ **Entienda.** Una vez que usted haya elegido un asilo de ancianos, lea el contrato cuidadosamente. Hágale

preguntas al director o al director asistente sobre cualquier cosa que no entienda. Pídale a un buen amigo o miembro de la familia que también lea el contrato antes que usted lo firme.

## ¿Deben los asilos de ancianos cumplir con estándares establecidos?

Los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés) requieren que cada estado inspeccione todos los asilos de ancianos que reciben dinero del gobierno. Los asilos de ancianos que no pasan la inspección no obtienen certificación. Pida ver el informe actual de inspección y certificación de todos los asilos de ancianos que está considerando. Visite el sitio de Internet <https://es.mymedicare.gov> ([www.medicare.gov](http://www.medicare.gov) en inglés) para obtener más información.

## El pago de los cuidados en asilos de ancianos

Es importante consultar con Medicare, Medicaid y cualquier proveedor privado de seguros que usted tenga para averiguar sus reglas actuales referentes a la cobertura de los costos de los cuidados a largo plazo. Usted puede pagar por los cuidados en un asilo de ancianos de varias maneras.

A continuación se presentan algunos ejemplos:

◆ **Medicare.** Para alguien que necesita cuidados especiales, Medicare, un programa Federal, cubrirá parte del costo de un asilo de ancianos de cuidados especializados aprobado por Medicare. Consulte a Medicare para obtener detalles pertinentes.

◆ **Medicaid.** Medicaid es un programa Estatal/Federal que proporciona beneficios de salud a algunas personas que tienen bajos ingresos. Póngase en contacto con el departamento de servicios para las familias de su condado para determinar si usted califica para recibir estos beneficios.

◆ **Pago privado.** Algunas personas pagan por cuidados a largo plazo con sus propios ahorros por todo el tiempo que sea posible. Cuando eso ya no es posible, pueden aplicar para recibir ayuda de Medicaid. Si usted piensa que es posible que tenga que aplicar a Medicaid en algún momento, verifique que el asilo de ancianos en el que está interesado acepta pagos de Medicaid. No todos los asilos aceptan esos pagos.

### ◆ Seguro para cuidados a largo plazo.

Algunas personas compran seguro privado para cuidados a largo plazo. Ese seguro puede pagar parte de los costos de un asilo de ancianos o de otros cuidados a largo plazo por la cantidad de tiempo especificada en la póliza. Ese tipo de seguro es vendido por muchas compañías diferentes y los beneficios varían ampliamente. Revise cuidadosamente varias pólizas antes de escoger una.



Cuando piensa en los costos de los asilos de ancianos, tenga en mente que usted puede tener costos adicionales que saldrán de su propio bolsillo para pagar por algunos artículos o cuidados personales, por ejemplo, citas de peluquería, gastos de lavandería y servicios que no forman parte de los cuidados de rutina.

### Recursos que pueden ayudar

Las reglas referentes a los programas y beneficios de los asilos de ancianos pueden cambiar. Medicare tiene algunos recursos útiles en línea. Visite el sitio de Internet <https://es.mymedicare.gov> ([www.medicare.gov](http://www.medicare.gov) en inglés) para

obtener información sobre las diferentes opciones de cuidados. Para obtener más información sobre el programa Medicaid, visite el sitio [www.medicaid.gov](http://www.medicaid.gov).

Usted puede visitar el sitio de Internet de Medicare para localizar asilos de ancianos en su área que han sido aprobados por los CMS. En ese sitio también puede ver resúmenes de los informes de inspecciones recientes. Para encontrar documentos que comparan los asilos de ancianos cerca de usted, visite el sitio de Internet <http://es.medicare.gov/NursingHomeCompare> ([www.medicare.gov/NursingHomeCompare](http://www.medicare.gov/NursingHomeCompare) en inglés).

La Lista de Control de Asilos de Ancianos, disponible en inglés en el mismo sitio, es una buena guía que se puede usar para escoger un asilo de ancianos.

Muchos estados tienen programas llamados Programas Estatales de Asistencia Sobre Seguros de Salud (SHIP, por sus siglas en inglés). Estos programas pueden ayudarle a escoger el seguro de salud que es adecuado para usted y su familia. Visite el sitio de Internet <http://es.medicare.gov/Nursing/Payment.asp> ([www.medicare.gov/Nursing/Payment.asp](http://www.medicare.gov/Nursing/Payment.asp) en inglés).

Cada estado tiene una oficina del Intermediario de Cuidados a Largo Plazo que aboga por los derechos de los residentes de establecimientos de cuidados a largo plazo. Durante las disputas, el intermediario representará los intereses del residente y revisará los asuntos presentados en sus quejas. El National Long-Term Care Ombudsman Resource Center (el centro nacional de recursos intermediarios para cuidados de salud a largo plazo) tiene más información en inglés. Visite el sitio de Internet

[www.ltombudsman.org](http://www.ltombudsman.org).

Es posible que un veterano que necesita cuidados a largo plazo pueda recibir ayuda por medio del Departamento de Asuntos de Veteranos de los EE.UU. (VA, por sus siglas en inglés). Visite el sitio de Internet [www.va.gov](http://www.va.gov) o llame al VA Health Care Benefits usando la línea gratis 1-877-222-8387. También puede ponerse en contacto con un centro médico del VA cercano a usted.

## Para más información

Éstas son algunas fuentes útiles de información. Las organizaciones que tienen información solamente en inglés están marcadas con un asterisco (\*):

### **AARP**

601 E Street, NW

Washington, DC 20049

1-888-687-2277 (línea gratis)

1-877-434-7598 (TTY/línea gratis)

1-877-342-2277 (español/línea gratis)

[www.aarp.org](http://www.aarp.org)

[www.aarp.org/espanol](http://www.aarp.org/espanol)

### **American Health Care Association\***

1201 L Street, NW

Washington, DC 20005

1-800-321-0343 (línea gratis)

[www.ahca.org](http://www.ahca.org)

### **Centers for Medicare & Medicaid Services**

7500 Security Boulevard

Baltimore, MD 21244-1850

1-800-633-4227 (línea gratis)

1-877-486-2048 (TTY/línea gratis)

[www.cms.gov](http://www.cms.gov)

<http://es.medicare.gov>

### **Department of Veterans Affairs (Departamento de Asuntos de Veteranos de los EE.UU.)**

VA Benefits: 1-800-827-1000 (línea gratis)

1-800-829-4833 (TTY/línea gratis)

[www.va.gov](http://www.va.gov)

[www.vba.va.gov/VBA/espanol/factsheets](http://www.vba.va.gov/VBA/espanol/factsheets)

### **Leading Age\***

2519 Connecticut Avenue, NW  
Washington, DC 20008-1520  
1-202-783-2242  
[www.leadingage.org](http://www.leadingage.org)

### **National Clearinghouse for Long-Term Care Information\***

Administration on Aging  
Washington, DC 20201  
1-202-619-0724  
[www.longtermcare.gov](http://www.longtermcare.gov)

### **National Consumer Voice for Quality Long-Term Care\***

1001 Connecticut Avenue, NW  
Suite 425  
Washington, DC 20036  
1-202-332-2275  
[www.theconsumervoice.org](http://www.theconsumervoice.org)

### **National Long-Term Care Ombudsman Resource Center\***

1001 Connecticut Avenue, NW  
Suite 425  
Washington, DC 20036  
1-202-332-2275  
[www.ltombudsman.org](http://www.ltombudsman.org)

### **USA.gov**

1-800-333-4636 (línea gratis)  
[www.usa.gov](http://www.usa.gov)  
[www.usa.gov/gobiernousa](http://www.usa.gov/gobiernousa)

Para más información sobre la salud y el envejecimiento, comuníquese con:

### **National Institute on Aging Information Center (Centro de Información del Instituto Nacional Sobre el Envejecimiento)**

P.O. Box 8057  
Gaithersburg, MD 20898-8057  
1-800-222-2225 (línea gratis)  
1-800-222-4225 (TTY/línea gratis)  
[www.nia.nih.gov](http://www.nia.nih.gov)  
[www.nia.nih.gov/espanol](http://www.nia.nih.gov/espanol)

Nuestro sitio de Internet tiene información sobre una gran variedad de temas de salud. En este sitio usted puede también ordenar publicaciones y suscribirse para recibir comunicados electrónicos.



National Institute  
on Aging

Instituto Nacional Sobre el Envejecimiento

Abril 2011: inglés

Marzo 2013: traducido de inglés a español